

歓送迎会・謝恩会に春のパーティープランをご用意しております！

要予約 4名様より承ります！

¥3,000 コース

- ・プチオードブル盛合せ
- ・地元春野菜と血液さらさらオニオンスライスのガーデン風サラダ
- ・シェフ気まぐれパスタ
- ・松笠イカと香味野菜のジェノバ風味有頭海老を添えて
- ・豚ロース肉を“今話題の”健康味噌で焼いた和風スタイル
- ・エルマール特製メの薬膳カレーライス
- ・本日のデザート

¥4,000 コース

- ・プチオードブル盛合せ
- ・地元春野菜と血液さらさらオニオンスライスガーデン風サラダ
- ・シェフ気まぐれパスタ
- ・白身魚のムニエルに春キャベツを添えて美肌効果や疲労回復に効くアサリのソース
- ・若鶏のソテーとろけるラクレットチーズのピザ仕立て
- ・エルマール特製メの薬膳カレーライス
- ・本日のデザート



エルマール (八山田)
郡山市八山田 3 丁目 8 番
TEL 024-931-6275



エルマールガーデン (三春)
三春町大字山田字クルミヤツ 15-2
TEL 0247-61-6620

Lcub通信

エルキューブツウシン

発行：株式会社エヌジェイアイ 健院エルキューブ八山田・三春

2019
3月号
Vol.3

3月は、卒業シーズン
昔？学校の卒業式と言えば『仰げば尊し』でしたよね。
しかし、今は歌われていないようですね。
・思い出のアルバム ・旅立ちの日に ・BELIEVE
・翼をください ・365日の紙飛行機 ・tomorrow
・友～旅立ちの時に～ …etc…
卒業式に行っても、聞いたことがない歌に、啞然とした記憶も…
私だけでしょうか(;^_^A
それでも、子供たちが歌う歌声に感動したものです。
懐かしい仰げば尊しの歌詞です。口ずさんでみてはいかがでしょうか(#^^#)

1. 仰げば尊し 我が師の恩
教の庭にも はや幾年
思えば いと疾し この年月
今こそ 別れめ いざさらば

2. 互いに睦し 日ごろの恩
別る後にも やよ 忘るな
身を立て 名をあげ やよ 励めよ
今こそ 別れめ いざさらば

3. 朝夕 馴れにし 学びの窓
螢の灯火 積む白雪
忘るる 間ぞなき ゆく年月
今こそ 別れめ いざさらば
作詞・作曲：不明



L-FIT 通信

有酸素運動のやりすぎによる弊害

ダイエットをしようと思った時にまず、ウォーキングやランニングと思う方が多いと思いますが、やりすぎにより、体内でコルチゾールというストレスホルモンの分泌量が一気に増え、筋肉が分解されてしまうこともあります。基礎代謝も低下し、運動による消費カロリーよりも基礎代謝による消費カロリーのほうがはるかに多いので、効率がダウンします。ダイエットをこれから頑張ろうと思う方は、この弊害があることを覚えておいてください。



L-CUB スタッフ紹介

«L-CUB 八山田 サポートリーダー»

ご入居様に安全・安心・笑顔を提供できるように支援していきます。生涯、学習することを忘れずに頑張りたいです。



力丸 晃司 さん

エルキューブ八山田・三春
入居者募集中！
☎ 0120-350-180

ぐっと、健康コミュニケーション



〒963-8052
郡山市八山田 3-8
☎024-991-1200 ✉info@l-cub.jp

〒963-7733
三春町大字山田字クルミヤツ 15-2
☎0120-350-180 ✉info_miharu@l-cub.jp

八山田3月の予定

- デイサービス八山田
 - ・交流会
 - ・おやつ作り
- L-kids 八山田
 - ・ひな祭り会 3/1
 - ・卒園式 3/23
 - ・修了式、お別れ会 3/29
- ライフステージ
 - ・ひな祭り 3/5
 - ・絵手紙 3/14
 - ・田邊先生お楽しみ会 3/17

三春3月の予定

- デイサービス三春
 - ・ひな祭り 3/4
 - ・お彼岸 おはぎ作り 3/20
- L-Kids 三春
 - ・ひな祭り会 3/1
 - ・クッキング教室 3/6
 - ・誕生日 3/14
 - ・お別れ会 3/20
 - ・卒園式 3/23
- ライフステージ三春
 - ・田邊先生料理教室 3/3
 - ・買い物ツアー 3/20

L-kids 保育園八山田



2月1日(金)に、豆まき会と節分デイサービス交流会を行いました。鬼が登場すると子ども達は大笑き!!泣きながらも「おにはそと!」と鬼にボールを投げて鬼退治をする事が出来ました。



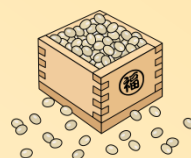
L-kids 保育園三春



2月1日(金)豆まき会が行われ、保育園には赤鬼が現れました!驚いてしまったようで、しばらく表情が固まっている子どもたち、怖がりながらも懸命にボールを投げて赤鬼を追い払いました!



デイサービス八山田



豆まき交流会



2月1日(金)にデイホールにて、L-kidsの子供達と豆まき交流会を行いました。上手な踊りを披露もらい、最後は鬼が登場し、利用者様と子供達で豆まきを行いました!泣き出してしまう子供達もいましたが、無事鬼を追い払い、利用者様も楽しい時間を過ごされておりました!



豆まき?



2月1、2日 デイサービス内で、『豆まき?』を行いました。豆の代わりに、新聞紙を丸め、折り紙で包み、カラフルな豆?を作りました。赤鬼に変身した職員に、「鬼は外!福は内!」エスカレートした後半は、本当に鬼退治をしているような光景。ご利用者様...お若いです



デイサービス三春



バレンタインデー お菓子作り



2月15日 1日遅れのバレンタインデーのお菓子作り チョコレートを削り、溶かして、かわいいチョコパフェの出来上がり! 女性のご利用者様 愛情込めて男性のご利用者様にプレゼント 久しぶりに、乙女達のかわいい笑顔 甘い香りに包まれました。